

TAKE FIVE

TO SURVIVE

(Thực Hiện 5 Bước Để “Sinh Tồn”)

Tìm hiểu thêm trên các tờ rơi có liên quan:

- Chuẩn Bị Sẵn Sàng Ứng Phó Thảm Họa Tại Nhà
- Nước Trong Tình Huống Khẩn Cấp
- Chuẩn Bị Sẵn Sàng Trong Tình Huống Khẩn Cấp Cho Cá Nhân và Gia Đình

Để biết thêm thông tin, hãy truy cập

Take5toSurvive.com

Điểm nổi bật về đồ tiếp liệu

Tại nhà
Máy Phát Thanh Dự Báo Thời Tiết AM / FM / NOAA quay tay. Quý vị có thể tìm thấy máy phát thanh có đèn pin tích hợp hoặc bộ sạc điện thoại di động.

Tại nơi làm việc/trường học

Bộ sạc dự phòng. Nếu mất điện, quý vị có thể sạc điện thoại di động nhiều lần. Đây cũng là thiết bị tuyệt vời khi di chuyển.

Trên xe

Đèn mang trên đầu.

Giữ cho đôi tay của quý vị được rảnh trong khi thu thập nguồn tiếp liệu khẩn cấp hoặc sửa chữa.

Nguồn Tiếp Liệu Khi Khẩn Cấp

Tình huống khẩn cấp có thể xảy ra bất cứ lúc nào. Sẵn sàng có nghĩa là sẵn có đồ tiếp liệu trong tình huống khẩn cấp. Những đồ tiếp liệu này cần đáp ứng nhu cầu của mọi người trong nhà, kể cả vật nuôi. Cân nhắc việc chuẩn bị sẵn có đồ tiếp liệu tại nơi làm việc hoặc trường học, trong xe của quý vị - bất cứ nơi nào quý vị dành nhiều thời gian ở đó.

Quý vị cần nguồn tiếp liệu trong tình huống khẩn cấp cho:



Nhà: Trong 2 tuần



Tại nơi làm việc/trường học: 1 ngày



Trên xe: 1 ngày



Tại nhà - nguồn tiếp liệu khi khẩn cấp sử dụng được trong 2 tuần

Thiết yếu

- Nước - 1 gallon mỗi người mỗi ngày
- Thực phẩm có thời hạn sử dụng dài và dụng cụ mở hộp
- Bộ sơ cứu
- Đèn pin
- Bình chữa cháy
- Bộ lọc nước và vật tư để khử trùng

Hữu ích

- Vật dụng vệ sinh cá nhân
- Nhà vệ sinh khẩn cấp (EmergencyToilet.org)
- Tiền mặt mệnh giá nhỏ
- Công cụ để tắt các tiện ích (cờ lê hoặc kìm)
- Máy phát thanh chạy bằng pin
- Pin dự phòng

Đồ dùng cá nhân

- Các thuốc kê toa
- Các vật dụng cho trẻ sơ sinh
- Nguồn tiếp liệu cho vật nuôi
- Kính mắt dự phòng
- Bản sao các giấy tờ quan trọng
- Chăn và quần áo ấm
- Các trò chơi



Tại nơi làm việc/trường học - nguồn tiếp liệu khi khẩn cấp sử dụng được trong 1 ngày

Nếu quý vị dành nhiều thời gian ở đâu đó mỗi ngày như tại nơi làm việc hoặc trường học, quý vị nên có một vài đồ tiếp liệu khi khẩn cấp cần thiết đựng trong một “chiếc túi mang theo”. Nguồn tiếp liệu trong túi bao gồm:

- Nước - 1 gallon
- Bộ sơ cứu
- Sạc điện thoại di động hoặc bộ sạc dự phòng
- Thực phẩm hoặc đồ ăn nhẹ giàu năng lượng
- Thuốc kê toa
- Quần áo để thay
- Tiền mặt mệnh giá nhỏ

Take 5 to Survive (Thực Hiện 5 Bước Để “Sinh Tồn”) được Emergency Management Cooperative của Quận Washington giới thiệu tới quý vị tại: www.emcwc.org



Trên xe: nguồn tiếp liệu khi khẩn cấp sử dụng được trong 1 ngày

Có nguồn tiếp liệu khẩn cấp trong xe của quý vị có thể là một cứu cánh. Lưu trữ các tiếp liệu này trong một túi được giữ ở nơi không có ánh sáng/ít ánh sáng và khô ráo; bao gồm các vật dụng cho các mùa.

Luôn bao gồm

- Nước – chai nhỏ dễ rả đông
- Thực phẩm hoặc đồ ăn nhẹ giàu năng lượng
- Bộ sơ cứu
- Đèn pin hoặc đèn mang trên đầu
- Cáp mỗi khởi động xe
- Công cụ (để thay lốp hoặc sửa chữa cơ bản)
- Sạc điện thoại di động
- Pháo sáng hoặc tam giác phát quang thông báo nguy hiểm
- Giày chắc chắn

Thêm các vật dụng sau vào mùa hè

- Thêm nước
- Kem chống nắng
- Quạt

Thêm các vật dụng sau vào mùa đông

- Quần áo ấm và áo mưa và áo mưa trùm
- Dụng cụ cạo băng
- Xích hoặc các thiết bị kéo khác
- Xăng nhỏ

Nguồn Tiếp Liệu Khi Khẩn Cấp: Lời khuyên từ các chuyên gia

- **Tiết kiệm tiền** bằng cách mua các đồ tiếp liệu khi chúng được giảm giá. Kiểm tra các cửa hàng giảm giá cho mua số lượng lớn.
- **Bảo quản đồ tiếp liệu** ở nơi khô ráo mát mẻ dễ dàng tiếp cận. Trong xe, cố gắng giữ cho nguồn tiếp liệu tránh xa ánh sáng.
- **Nói với mọi người ở nhà** nơi bảo quản tiếp liệu trong tình huống khẩn cấp.
- **Viết ngày hạn sử dụng** trên từng loại thực phẩm. Kiểm tra ngày khi đồng hồ thay đổi và thay thế khi cần thiết.
- **Giữ nguồn tiếp liệu sử dụng trong ba ngày** ở nhà của quý vị dưới dạng một "Bộ Dụng Cụ Khẩn Cấp". Ba lô hoặc túi mua sắm bằng vải có quai cầm là tốt nhất.
- **Truyền cảm hứng cho gia đình, bạn bè và hàng xóm** để chuẩn bị sẵn sàng bằng cách nói chuyện về điều đó và chia sẻ tờ rơi này.

